Matsyendra Nātha

Yoga-viṣaya
(Tratat despre Yoga)

Tălmăcire din sanskrită de
Vlad Șovărel

București
23 iunie 2025

गुरुश्च गुरुपुत्रश्च ये चान्ये गुरुबान्धवाः ।
अन्येषांच क्रमाज्ज्येष्ठास्तेषां पादौ नमाम्यहम् ॥ १ ॥

1. Mă prostern la picioarele acestora:
Maestrului (*guru*), fiului maestrului și
Altor rude ale maestrului (părinți etc.),
În ordinea [cuvenită] importanței acelora.

यादृशी भावनातीतं तं गुरुं प्रणमाम्यहम् ।
भ्रान्तश्च भ्रमते लोको निर्भ्रान्तः कृतनिश्चयः ॥ २ ॥

2. Eu mă prostern acelui maestru (*guru*)
A cărui natură este de neconceput –
Rătăcitor [în exterior], lumea este colindată [de el],
Nerătăcitor [în interior], țelul [suprem l-a] realizat.

तस्य सिध्यन्ति पुरुषा आदिनाथे व्यवस्थिताः ।
कुलजातिसमायुक्तः सुचरित्रगुणान्वितः ॥ ३ ॥

3. Oamenii desăvârșesc acest [țel suprem]
Fiind ferm stabiliți în Ādinātha.
Cel care a dobândit o naștere într-o familie nobilă (Kula),
Înzestrat cu calitățile unui comportament virtuos,

गुरुभक्तियुतो धीमान् स शिष्य इति कथ्यते ।
आकुलेनादिनाथेन केजापूपीनवासिना ॥ ४ ॥

4. Devotat adorării maestrului (*guru*), înțelept –
Astfel este descris acest discipol
De către Ākula Ādinātha,
Cel stabilit în Kejāpūpīna.

कृपयैव परं तत्त्वं मीननाथोऽपि बोधतः ।
मीननाथोऽपि सच्छिष्यं प्रत्युवाच समाहितः ॥ ५ ॥

5. Din compasiunea [lui Ādinātha] și prin înțelepciune,
Mīnanātha a devenit supremul Real (*tattva*);
Apoi Mīnanātha, realizat fiind,
I-a răspuns adevăratului discipol (*sat-śiṣya*):

त्वं गुरुस्त्वञ्च शिष्यश्च शिष्यस्य च गुरोरपि ।
नानयोरपि [१] भेदोऽत्र समसिद्धिः प्रजायते ॥ ६ ॥

6. — Tu ești maestrul și [tot] tu ești și discipolul!
Atunci când nu există aici diferență a celor doi,
A discipolului și a maestrului,
Este produsă deplina desăvârșire.

---

[१] भद्रे ॥

उमाशंकरपुत्रोऽहं मीननाथो मुनीश्वरः।
कथयामि परं तत्त्वं कुलाकुलविबोधकम्॥७॥

7. Eu, fiul lui Umā și Śaṁkara,
Mīnanātha, cel dintâi dintre asceți,
Voi descrie supremul Real (*tattva*),
Trezvia/percepția Kulākula.

आधारः स्वाधिष्ठानञ्च मणिपूरसनाहतम्।
विशुद्धिराज्ञा कौलानि षट् चक्राणि शुभानि च॥८॥

8. *Ādhāra* și *svādhiṣṭhāna*,
Maṇipūra, *anāhata*,
Viśuddhi și *ājñā*
Sunt cele șase vortexuri (*cakra*) strălucitoare Kaula.

आधारश्च गुदे तस्थौ स्वाधिष्ठानञ्च लिङ्गके।
मणिपूरं नाभिगतं हृदये चाप्यनाहतम्॥९॥

9. *Ādhāra* se află în anus,
Svādhiṣṭhāna în organul genital (*liṅgaka*),
Maṇipūra este situat în buric,
Anāhata în inimă,

विशुद्धिः कण्ठदेशे च आज्ञाचक्रं भ्रुवोर्मुखम्।
चक्रभेदमिति ज्ञात्वा चक्रातीतं निरञ्जनम्॥१०॥

10. *Viśuddhi* în regiunea gâtului iar
Ājñā cakra în interstițiul dintre cele două sprâncene;
Cunoscând astfel străpungerea vortexurilor (*cakra*),
Cel-fără-de-pată (*nirañjana*) este de dincolo de vortexuri (*cakra*).

इडा वहति वामे च पिङ्गला वहति दक्षिणे।
इदापिङ्गलयोर्मध्ये सुषुम्ना सुखरूपिणी॥११॥

11. *Iḍā* vehiculează[1] [suflul] prin stânga iar
Piṅgalā vehiculează [suflul] prin dreapta;
La mijloc între *iḍā* și *piṅgalā*
Se află *suṣumnā* a cărei natură este fericirea.

आधारे लिङ्गनाभौ हृदयसरसिजे तालुमूले ललाटे
द्वे पत्र षोडशारे द्विदशदशदले द्वादशार्धे चतुष्के।
नासान्ते बालमध्ये डफकठसहिते कण्ठदेशे स्वराणां
हं क्षं तत्त्वार्थयुक्तं सकलदलगतं वर्णरूपं नमामि॥१२॥

12. În *ādhāra*, în organul genital și buric,
În lotusul inimii, la baza vălului palatal, în frunte,
Două petale, șaisprezece spițe, douăsprezece,
Zece petale, douăsprezece pe din două, patru [petale];

1 *vah* – a vehicula, transporta, duce, sufla.

În mijlocul dintre sprâncene, la finele nasului, se află
Ḍa-pha-ka-ṭha luate împreună, în zona gâtului se află vocalele;
Mă prosтern naturii literelor[1] care se află pe toate petalele,
Împreună cu înțelesul elementelor (*tattva*) [acestora] – *haṁ kṣaṁ*.

प्राणोऽपानः समानश्च उदानो व्यान एव च।
पञ्चकर्मेन्द्रययुक्ताः क्रियाशक्तिसमुद्यताः ॥ १३ ॥

13. *Prāṇa*, *apāna*, *samāna*,
Udāna și, desigur, *vyāna*,
Împreună cu cele cinci organe de acțiune (*karmendriya*),
Alcătuiesc puterea de acțiune (*kriyā-śakti*).

नागः कूर्मश्च कृकरो देवदत्तो धनञ्जयः।
पञ्चज्ञानेन्द्रियैर्युक्ताः बुद्धिशक्तिसमन्विताः ॥ १४ ॥

14. *Nāga*, *kūrma*, *kṛkara*,
Devadatta și *dhanañjaya*,
Împreună cu cele cinci organe de cunoaștere (*jñānendriya*),
Alcătuiesc puterea de cunoaștere (*buddhi-śakti*).

पावकश्शक्तिमध्यस्थो नाभिचक्रे रविः स्थितः।
बन्धमुद्रा कृतास्सर्वे नासाग्रे तु सुलोचनम् ॥ १५ ॥

15. Focul este situat în mijlocul lui *śakti*,
Soarele este situat în vortexul (*cakra*) ombilicului.
Toate *bandha* și *mudrā* fiind împlinite,
„Frumosul ochi" este în vârful nasului (*nāsāgra*).

अकारो वह्निदेशे च उकारो हृदि संस्थितः।
मकारश्चः भ्रुवोर्मध्ये वचनाच्च निबोधयेत् ॥ १६ ॥

16. Litera A se află în regiunea focului,
Litera U se află situată în inimă iar
Litera M se află între cele două sprâncene –
Din pronunțare trebuie să cunoască.

ब्रह्मग्रन्थिरधष्कारे विष्णुग्रन्थिर्हृदि स्थितः।
रुद्रग्रन्थिर्भ्रुवोर्मध्ये विमुच्यन्ते त्रयस्तथा ॥ १७ ॥

17. Nodul lui Brahmā se află în partea de jos,
Nodul lui Viṣṇu este situat în inimă iar
Nodul lui Rudra se află între cele două sprâncene –
Astfel sunt eliberate cele trei [noduri].

1 T.M. traduce *varṇa-rūpa* prin „forme des lettres".

अकारो ब्रह्म इत्याहुः उकारो विष्णुरुच्यते।
मकारे च शिवं साक्षाच्छन्तेश्शान्ततरं परम्॥ १८॥

18. Se spune că litera A este Brahmā,
Se spune că litera U este Viṣṇu iar
În M cu certitudine se află Śiva –
A păcii Suprem de dincolo de pace.

कण्ठसंकोचनं कृत्वा द्वे नाड्यौ स्तम्भयेद्दृढम्।
रसनापीड्यमानास्तु[१] षोडशश्चोर्ध्वगामिनी॥ १९॥

19. Făcând contractarea gâtului,
Cele două *nāḍī* trebuie ferm imobilizate;
Limba fiind presată [de vălul palatal]
Cele 16 [*kalā* ale Lunii] merg în sus.

त्रिकूटं त्रिहठाच्चैव गोल्हाटं शिखरं तथा।
त्रिशिखं वज्रमोङ्कारमूर्ध्वनाखं भ्रुवोर्मुखम्॥ २०॥

20. Trei vârfuri (*trikūṭa*) și, desigur, trei forțe (*trihaṭha*),
[Diagrama] *golhāṭa* și vârful (*śikhara*[1]), tridentul (*triśikha*),
Diamantul (*vajra*), litera OṀ, deasupra nasului (*ūrdhvanākha*),
Interstițiul dintre cele două sprâncene (*bhruvormukha*).

आकुञ्चयेद्रविञ्चैव पश्चान्नाडी प्रवर्तते।
भेदे त्रिहठसंघट्टमुभयोश्शशिदर्शनम्॥ २१॥

21. Desigur, Soarele trebuie contractat,
După aceea *nāḍī* funcționează;
În străpungere împreună cu *trihaṭha* –
În ambele cazuri apare vederea Lunii.

प्रणवा गुदनाला च नलिनी सर्पिणी तथा।
बङ्कनालि क्षया शौरी कुण्डली कुण्डलाः स्मृताः॥ २२॥

22. *Praṇavā* și *gudanālā*,
Nalinī și *sarpiṇī*,
Baṅkanāli, *kṣayā*, *śaurī* și *kuṇḍalī* –
Astfel sunt menționate încolăcirile (*kuṇḍalā*).

कुण्डलीं[२] चालयेत्प्राणो[३] भेदिते शशिमण्डले।
सिध्यन्ति वज्रगुम्भानि[४] नव द्वाराणि बन्धयेत्॥ २३॥

23. *Prāṇa* o agită pe Kuṇḍalī –
Atunci discul Lunii este străpuns,
Cele înșirate pe *vajra* sunt desăvârșite
Iar cele nouă porți trebuie închise.

---

[१] पिड्यमानान्तु॥ [२] कुण्डली॥ [३] प्राणात्॥ [४] गुम्फानि॥

---

1 *Śikhara* – vârf, pisc, capăt; o poziție a degetelor (*mudrā*).

सुमनः पावनारूढः स गाढं निर्गुणस्तथा।
ब्रह्मस्थाननिनादेन शंखिन्यामृतवर्षिणी॥ २४॥

24. Frumos/inteligent, care a dobândit puritatea,
Acesta este lipsit de calități precum în [somnul] profund –
Prin sunetul din locul lui Brahmā
Śaṁkhinī este dăruitoarea ploii de *āmṛta*.

षट्चक्रमण्डलोद्धारं ज्ञानदीपं प्रकाशयेत्।
सर्वेषां स्नापनं देहे क्रियते देवतार्चनम्॥ २५॥

25. Trebuie aprinsă lampa cunoașterii (*jñāna*)
Ce eliberează din sfera [de acțiune] a celor șase vortexuri (*cakra*).
Îmbăierea în trup a tuturor [vortexurilor]
Împlinește adorarea divinităților.

चन्द्रामृतेन चिद्रूपमीश्वरं स्नाप्य भक्तितः।
मनःपुष्पं तथा देयमर्चयेत्परमं शिवम्॥ २६॥

26. Îmbăind din adorare pe Īśvara,
Care este de natura conștiinței (*cit*), cu *āmṛta* lunară,[1]
Trebuie astfel adorat supremul Śiva
Oferindu-I floarea minții (*manas*).

आत्मरूपं तमालोक्य ज्ञानरूपं निरामयम्।
दृश्यते देहरूपेण सर्वव्यापी निरञ्जनः॥ २७॥

27. Fiind văzută această formă/natură (*rūpa*) a sinelui (*ātman*) –
De natura (*rūpa*) cunoașterii (*jñāna*) depline (*nirāmaya*) –
Atot-pătrunzătorul fără de pată (*nirañjana*)
Este văzut/perceput prin forma/natura (*rūpa*) trupului.

हंस हंस पदे वाक्यं प्राणिनां देहमाश्रितः।
सम्प्राणापानयोर्ग्रन्थिरूपे ... इत्यभिधीयते॥ २८॥

28. Enunțul [alcătuit] din cele două cuvinte „*haṁsa haṁsa*"
Se află în trupul celor ce respiră.
Astfel [acest enunț] este considerat ca fiind
În forma/natura (*rūpa*) legării împreună celor două: *prāṇa* și *apāna*.

सहस्रमेकञ्च युतं षट्शतं चैव सर्वदा।
उच्चारपदतो हंसः सोऽहमित्यभिधीयते॥ २९॥

29. Din pronunțarea cuvântului *haṁsa*,
Întotdeauna desigur – de șase sute de ori
La care este adăugată o mie –
Este considerat ca devenind *so'aham* (Acela eu [sunt]).

1 Var: [Cele șase vortexuri (*cakra*)] fiind îmbăiate în ordine în nectarul Lunii, natura conștiinței (*cit*) devine Īśvara.

पूर्वभागे मथो लिङ्गं शंखिन्यां चैव पश्चिमम्।
ज्योतिर्लिङ्गं भ्रुवोर्मध्ये रक्तशुक्लात्मकं शिवम्॥ ३० ॥

30. În prima parte este *liṅga* agitatorul,
Iar în Śaṁkhinī este desigur cel din urmă (*paścima*),
Între sprâncene se află *liṅga* strălucitor (*jyotis*),
Milostiv (*śiva*), alcătuit din lichidul menstrual (*rakta*) și spermă (*śukla*).

पूर्वपश्चिमदिग्भागे वज्रदण्डे व्यवस्थिते।
द्वौ षष्टिभोगिनी स्थानं पशाल्लिङ्गं प्रकाशयेत्॥ ३१ ॥

31. Între prima și cea din urmă parte,
Aflându-se situată în coloana vertebrală (*vajra-daṇḍa*),
Este locul unde se află ambele șaizeci de *bhoginī* –
De aceea *liṅga* trebuie manifestat.

शीताशीतं परं स्थानं मेदोमज्जाभिपूरितम्।
स्रवति ब्रह्मणः स्थानात्सिञ्चते भुवनत्रयम्॥ ३२ ॥

32. Supremul loc, rece|ne-rece,
Pe deplin umplut cu grăsime (*medas*) și măduvă (*majjā*),
Curge din locul lui Brahmā
Și impregnează cele trei lumi (*bhuvana*).

सर्वव्याधिक्रियाकर्म वातपित्तसमन्वितम्।
दशाष्टदोषरहितं मीननाथेन कथ्यते॥ ३३ ॥

33. Acțiunea de vindecare a tuturor bolilor (*vyādhi*)
Asociate cu *vāta* și *pitta*,
Ca absență a celor optsprezece dezechilibre (*doṣa*),
A fost descrisă de către Mīnanātha.

॥ इति मत्स्येन्द्रनाथविरचितं भक्तिसं सम्पूर्णम्॥
Astfel este împlinit cu devoțiune ceea ce a spus Matsyendra Nātha.

Surse utilizate

1953. MALLIK. *Siddha Siddhanta Paddhati & Other Works of the Nath Yogis*. Poona: Poona Oriental Book House, pp. 45-47.